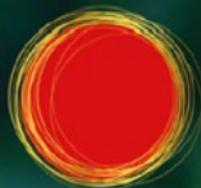


DAKINI SOMATICS TAGESSEMINAR  
Durch Körperbewusstsein &  
Wahrnehmungsschulung ins  
Wohlgefühl



NADJA WERTHMANN  
ENERGIE | KÖRPER | SPIRITUELLE ARBEIT

Dieser Tag lädt dazu ein, die Aufmerksamkeit und Achtsamkeit zu sich selbst zu schulen. Unser Nervensystem darf zur Ruhe kommen und neue Informationen aufnehmen. Mehr Körperbewusstsein, Wahrnehmung und Wohlfühl entstehen.

Durch spielerisch leichte Körperübungen von Zapchen Somatics, Meditation sowie MenIha Touch®, einer Berührung die auf dem Körper ruht und aus dem Herzen kommt, werden Körper, Geist & Seele eingeladen

- mehr in Beziehung zu sich selbst zu kommen
- das Bewusstsein zu schulen
- Grenzen wahrzunehmen
- negative Erfahrungen im Körpergewebe aufzulösen und neue Informationen in die Zellen aufzunehmen
- sich wohl zu fühlen, auch wenn die Umstände schwierig sind
- und vieles mehr



Du brauchst keine Vorkenntnisse. Nur die Offenheit, dass mehr möglich ist als wir uns vorstellen können. Ich freue mich, dich dabei unterstützen zu dürfen.  
Nadja

**13.04.2025**

10:00 - 17:00 incl. Pause

Kosten 129,- Euro

**Veranstaltungsort Asana Ganesha  
Rosenbergstr. 50/1 , 70176 Stuttgart**  
[contact@nadja-werthmann.de](mailto:contact@nadja-werthmann.de)

Weitere Informationen  
[www.nadja-werthmann.de](http://www.nadja-werthmann.de)